Либос пӯшӣ

Овезаи мазкур мувофиқи китоби “Кӯдакони маълул дар деҳот” мутобиқ гардидааст

Синну соли миёнаи кӯдакон ва малакаи либоспӯшии онҳо.

То 1 сола кӯдак мустақилона либос пӯшида наметонанд.

1 сола дар вақти либос пӯшӣ кӯмак мекунад.

2 сола либосҳои болояшро мекашад.

3 сола либосҳои болоиро мепӯшад.

4 сола тугмачаҳои болояшро мекушояд.

5 сола либосро мепӯшад бағайр аз корҳои мушкил.

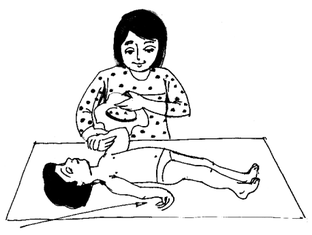
6 сола бандҳои пойафзолро мебандад.

Дар вақти либос пӯшии кӯдак боӯ гап занед

Ана ҳамин хел, дастонатро ба кифтони ман гузор. Акнун почаҳоятро ба дарунишим дарор.

Тарзи пӯшидани либос

Тарзи ноқулай:
(бадани кӯдак бо шиддат ба қафо қат мешавад)



Дасташ қат шудааст.

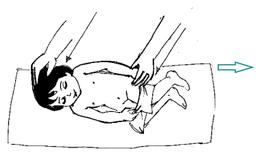
Тарзи қулай:
кӯдак дар болои зону, рӯяш ба замин гардонда шудааст.

Пойҳояш қат шудааст.

зонуҳояш қат шудааст

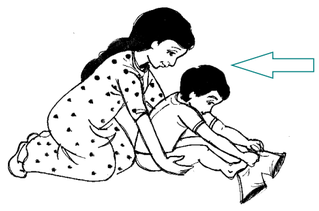
сараш дар баландӣ

Сараш ба пеш қат шудааст



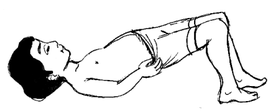
Зону ва пойҳояш қат шудааст

Нишаста либос пӯшидан



Дар аввал бо кӯмак

Баъд бе кӯмак



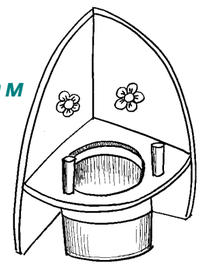
Қазои ҳоҷат

Яке аз роҳҳои беҳтарини омӯзонидани баровардани қазои ҳоҷат ин горшокҳои оддӣ аст. Онро метавонад бо ҳар роҳ ба кӯдакони маълул мутобиқ намояд.

Горшоки оддӣ

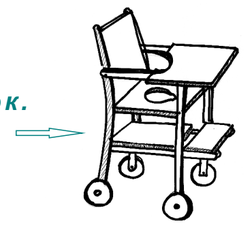
Барои кӯдакони дорои фалаҷи майнаи сар, горшокро метавонед дар байни зонуҳои модараш гузоред. Ин усул пушти кӯдакро бо такягоҳ таъмин менамояд. Модар кифтони кӯдакро, медорад, почаҳояш қат шуда, зонуҳо аз ҳам ҷудоянд.

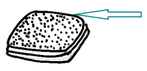
Ғӯлачаҳо зонуҳоро аз ҳам ҷудо нигоҳ медоранд.



Ихтироъкор бошед, аз ҳамаи имкониятҳои мавҷудбуда истифода баред то ин, ки кӯдак шароити худтаъминкуниро дошта бошад.

Шафт барои горшок.





Барои баро ҳат нишастан мумкин аст, ки курсиҳои горшокдорро бо болиштчаҳои махсус дӯхта шуда таъмин намоед.

Шафти горшокро гузоред.

Ё таги аробачаҳоро баланд созед, то инки дар ҳолати зарурӣ ба болои горшок ронда тавонад.

Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон

Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ
шӯъбаи минтақавии Аврупой

Ҳаракат ва фаъолият ба ҳамагон

Барномаи тавонбахшии маъюбон
- Бартарафгардонии монеаҳо - Таъмини имкониятҳо барои ҳамагон

© **Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ, 2014 с.** Ҳуқуқҳои муаллиф ҳимоя шудаанд.

Тарзи дурусти ғизодиҳӣ

Овезаи мазкур мувофиқи китоби “Кӯдакони маълул дар деҳот” мутобиқ гардидааст

Нодуруст

Дуруст

Раванди ғизодиҳӣ ваҳолати умумии ҷисмонии кӯдак

Нодуруст

Дуруст

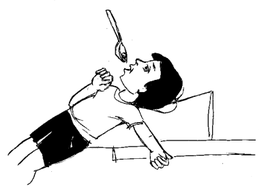
Дуруст

Сутунча дар зери пой, зонуи кӯдакро каме баланд мебардорад.

Барои бароҳат будани кӯдак дар вақти ғизо диҳӣ, агар лозим бошад курсичаи кӯдаконаи мувофиқ созед нигаред, ки чӣ тавр сатилчаи оддии пластмасии кӯҳнаро истифода бурдан мумкин аст.

Кунҷҳои сатилро каме қат кунед, (агар лозим бошад, барои қат кардан аз гармӣ истифода баред).

Дар хотир доред: Дар вақти ғизодиҳии кӯдаки дорои фалаҷи майнаи сар, додани ғизо аз боло ба пойён, фурӯбарии ғизо ба ӯ мушкил мегардад, чунки сари ӯ ба қафо алвонҷ хӯрда, мушакҳои баданаш кашиш хӯрда, ба пеш майл мекунанд.



Нодуруст

Рафти хӯрокхӯрӣ ва фурӯбарии ғизо осонтар мегардад агар шумо аз рости даҳани кӯдак яъне аз пеш хӯрокро диҳед, чунки мушакҳои бадан дар ҳолати озод қарор доранд.

Дуруст

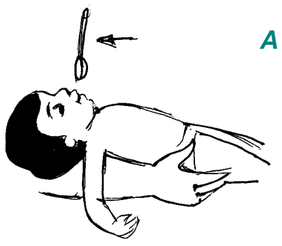
Ҳамавақт қошуқчаро аз рости даҳон пеш баред.

Дуруст

Аз паҳлӯ не.

Нодуруст

Аз боло не.



Нодуруст

Ҳа

Қошуқчаи гирдаки хурд беҳтарин аст.

Не

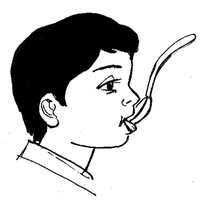
Чуқур набошад, чунки бо лабон ғизоро аз он гирифтан мушкил аст.

Не

Даруз ва нӯг тез набошад. Кӯдак гулӯгир мешавад.

Баровардани забон

Нодуруст



ФМС Малакаи ғизохӯрии мустақилона

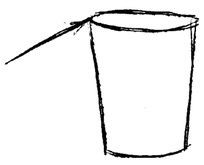
Курсии баланд. Кӯшиш намоед кӯдакро бо якё якчанд тасмача бандед.

Курсӣ аз қуттии картонӣ.

Ба баъзе кӯдакони дорои фалаҷи (ФМС) майнаи сар танҳо тасмача барои пойҳо лозим мешавад (зеро он кашиши мушакҳои баданро суст мегардонад).

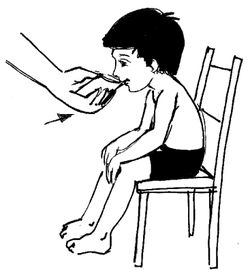
Нӯшидан

Лабҳои зарфи обнӯшӣ бояд барҷаста бошад.



Мувофиқи бинии кӯдак лаби зарфро бурред.

Бо ин васила, кӯдак метавонад бароҳат новобаста аз ҳолати баданаш нӯшад.



Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон

Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ
шӯъбаи минтақавии Аврупой

Ҳаракат ва фаъолият ба ҳамагон

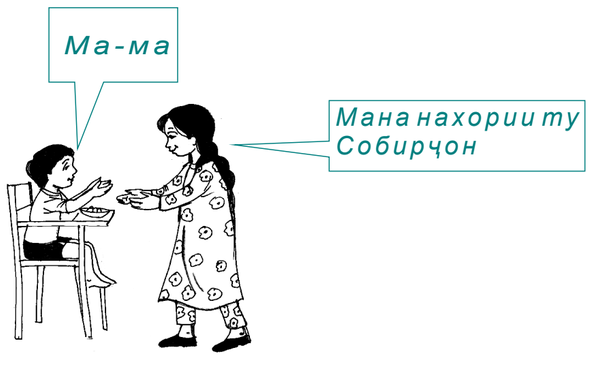
Барномаи тавонбахшии маъюбон - Бартарафгардонии монеаҳо - Таъмини имкониятҳо барои ҳамагон

© Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ, 2014 с. Ҳуқуқҳои муаллиф ҳимоя шудаанд.

Талаботҳо дар рафти тарбияи кӯдакон (усулҳои Бихевиористикӣ)

Овезаи мазкур мувофиқи китоби “Кӯдакони маълул дар деҳот” мутобиқ гардидааст

Марҳилаи 1 Кӯдак аз ин гуна рафтор чӣ меомӯзад?



Ман ӯро дар курсии баланди кӯдакона шинонда хӯрокро дар пешаш гузоштам.

Баъдан ман бодигар кӯдакон машғул шудам то ин, ки онҳоро ба мактаб гусел намоям.

Собирҷон фарёд кардан гирифт, лекин ман ба ӯ дӯғ зада гуфтам, “ором бош”.

Собирҷон, хӯрокашро ба ҳар сӯ ҳаво дод ва ман ба рӯяш шаппотие задам.

Ӯ фиғон кард ва барои ором кардани ӯ ман бо қошуқча ӯро хӯрондам.

Баъд ман ӯро ба замин фаровардам ва ӯ бо бозичаҳояш бозӣ кард.

Марҳилаи 2 Кӯдак аз ин гуна рафтор чӣ меомӯзад?

Магар ин гуна рафтор ӯро водор намекунад, ки боз корашро такрор кунад.?

“Сабабҳои эҳтимолӣ”	*Бо ин рафтори худ чиро аз даст медиҳад.*	*Бо ин рафтори худ чиро бурд мекунад.?*
-Собирҷон бетаввақҷӯҳ монд. Вақте, ки модараш бо дигар фарзандон машғӯл буд, ӯ аз ҷамъияти онҳо берун монд.	*-Модараш ғамгин шуда ӯро мезанад ва ҷанҷол мекунад.*	*-Таввақҷӯҳи ҳамаи оила ба ӯ.* *-Модараш тез бо ӯ машғул мешавад ва дигаронро ба ҳоли худ мегузорад.*

Марҳилаи 3 Ҳадафи педагогиро ба худ гузоред, то ин ки рафтори кӯдакро беҳтар намояд.

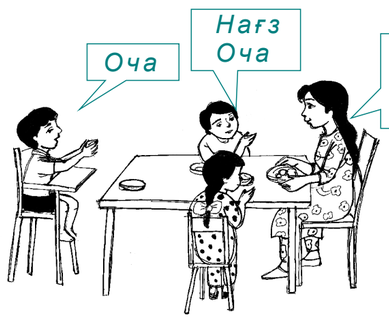
Марҳилаи 4 Системаеро ихтироъ намоед, ки кӯдакро водор ба рафторҳои шоиста намояд.

Ҳатман кӯдакро барои рафтору кирдори хубаш таъриф ва дӯстдорӣ намоед ва ӯро барои кирдорҳои бадаш дастгирӣ на намоед.

Масалан: Ҳар вақтеки Собирҷон худаш мустақилона хӯрок мехӯрад ва хӯрокашро ба ҳар сӯ ҳаво намедиҳад, ҳама аъзоёни оила ӯро таҳсину офарин мегӯянд..

Собирҷон медонад, ки ҳар вақте, ки рафторҳои шоиста мекунад, ҳама ба ӯ диққат медиҳанд ва таҳсину офарин мегӯяндаш.

Собирҷон акнун медонад, ки аз ба ҳар тараф ҳаво додани хӯрокаш ҳеҷ фоида нест.



Марҳилаи 5 Вақте, ки кӯдак ба ин гуна муносибат одат мекунад, оҳиста-оҳиста ба муносибати муқаррарӣ гузаред.

Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон

Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ
шӯъбаи минтақавии Аврупо

Ҳаракат ва фаъолият ба ҳамагон
Барномаи тавонбахшии маъюбон - Бартарафгардонии монеаҳо - Таъмини имкониятҳо барои ҳамагон

© Ташкилоти умумиҷаҳонии тандурустӣ, 2014 с. Ҳуқуқҳои муаллиф ҳимоя шудаанд.